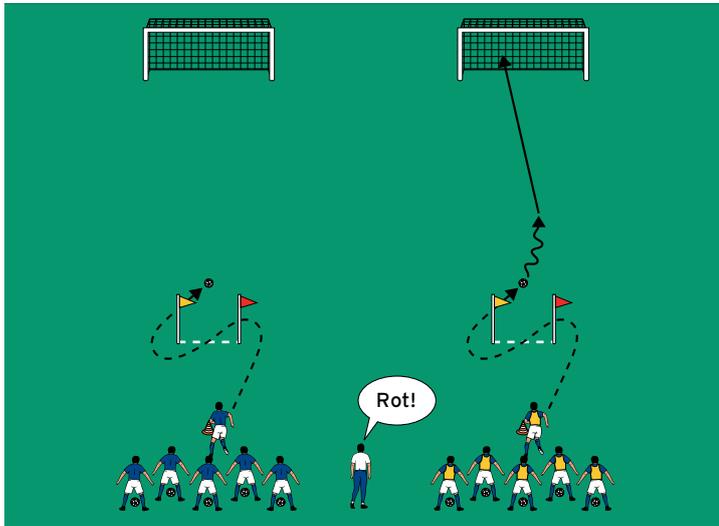


THEMA: SCHNELLIGKEIT IST TRUMPF



AUFWÄRMEN 2:

SPRINT AM STANGENTOR

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Organisation beibehalten

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler legen ihren Ball hinter das Stangentor.
- ▶ Der Trainer ruft 1 Stangenfarbe auf.
- ▶ Die Spieler umlaufen die Stangen von der Seite der aufgerufenen Farbe, nehmen ihren Ball mit und schießen auf die Tore ab.
- ▶ Der Spieler, der zuerst trifft, gewinnt einen Punkt für sein Team.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team gewinnt zuerst 10 Punkte?

VARIATIONEN

- ▶ Die Stangentore 3-mal durchlaufen.
- ▶ Weitere Stangen hinzufügen.
- ▶ Zielflächen in den Toren markieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die nächsten Spieler legen ihre Bälle bereit, sobald der Vordermann dribbelt.
- ▶ Als Trainer den Wettbewerb motivierend begleiten.
- ▶ Große Abstände zwischen den Stangen trainieren vor allem die Schnelligkeit bzw. den Antritt, kleine Abstände die Wendigkeit.